

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КУЩЕВСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «Снеговик»**

Принята
на заседании педагогического совета
МАУ ДО «КСШ «Снеговик»
(протокол от _____ 2023г №__)

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАУ ДО
«КСШ «Снеговик»
_____ В.А. Кононенко
Приказ №__ от _____ 2023 г

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

по виду спорта «ХОККЕЙ»

Уровень программы – ознакомительный

Срок реализации – 1 год (207 часов)

Возрастная категория учащихся: от 6 до 18 лет

Форма обучения – очная

Программа реализуется на бюджетной основе

Составители :
Меняйло Александр Васильевич
тренер-преподаватель МАУ ДО «КСШ «Снеговик»
Пигарев Николай Николаевич
тренер-преподаватель МАУ ДО «КСШ «Снеговик»
Шиповская Мария Васильевна
заместитель директора МАУ ДО «КСШ «Снеговик»

ст. Кущевская
2023год

СОДЕРЖАНИЕ:

№ п/п	Разделы программы	Страницы
Раздел №1 «Комплекс основных характеристик образования»		
1.1.	Пояснительная записка	2
1.2.	Цель программы	3
1.3.	Задачи программы	3
1.4.	Адресат программы, режим занятий	3
1.5.	Планируемые результаты освоения программы	4
Раздел №2 «Комплекс организационно - педагогических условий, включающий форму аттестации»		
2.1	Учебный план программы	5
2.2.	Годовой тренировочный план спортивно-оздоровительных групп по виду спорта «настольный теннис»	5
2.3.	Условия реализации программы	5-6
2.4.	Формы аттестации	6
2.5.	Оценочные материалы	6-7
2.6.	Методические материалы	7-8
2.7.	Рабочая программа	8-10
2.8.	Воспитательная работа	10-12
2.9.	Материально-технические условия реализации программы	12-13
2.10.	Требования к технике безопасности при проведении тренировочных занятий	13
2.11.	Учебно – информационное обеспечение	13-15

1. Раздел «Комплекс основных характеристик образования»

1.1. Пояснительная записка

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по виду спорта «хоккей» (далее Программа) - документ, определяющий содержание образовательного процесса на ознакомительном уровне обучения в муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Кущевская спортивная школа «Снеговик» (Учреждение).

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность программы определяется тем, что она обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности двигательной активности. К тому же она направлена на получение учащимися образовательных знаний, умений и навыков по виду спорта «хоккей».

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 4 декабря 2007 года № 329 –ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей (утв. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г №678-р);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015г. № 996-р;
- Уставом Учреждения;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам»;
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы организаций дополнительного образования (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20).
- Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21).
- Санитарно – эпидемиологические требования к содержанию территорий городских и сельских поселений, к водным объектам, питьевой воде и питьевому водоснабжению населения, атмосферному воздуху, почвам, жилым помещениям, эксплуатации производственных, общественных помещений, организации и проведению санитарно-противоэпидемических

(профилактических) мероприятий (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ « Об утверждении СанПиН 2.1.3684-21).

1.2. Цель программы

Направлена на физическое воспитание и физическое развитие личности, приобретение учащимися знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков.

1.3. Задачи программы

- удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся на занятиях по виду спорта «хоккей»;
- укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- выявление, развитие и поддержка талантливых учащихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности в виде спорта «хоккей»;
- профилактика вредных привычек и правонарушений;

Срок реализации программы – 1 год.

Форма программы – очная.

Уровень программы – ознакомительный. Обучение по программе рассчитано на 46 недель. Срок реализации программы один год с объемом 207 часов.

Включает общую физическую подготовку, специальную физическую, технико-тактическую подготовку, контрольно-переводные испытания, медицинское обследование.

1.4. Адресат программы

Учащиеся от 6 до 18 лет, разного уровня развития и физической подготовленности, имеющие медицинский допуск к занятиям настольным теннисом. Учащиеся, в Учреждении достигшие совершеннолетия могут продолжать обучение на этапе спортивной подготовки до окончания учебного года, а при условии положительной динамики подготовки учащегося и его участия в официальных краевых или всероссийских соревнованиях дальнейшее обучение осуществляется по соглашению с Учредителем.

Учебный год в учреждении начинается с 1 сентября текущего года.

Учебные занятия проводятся 3 раза в неделю по 1.5 часа (астрономических).

Минимальное количество человек в группе – 10 человек, максимальное – 30 человек.

Этап подготовки	Год обучения	Минимальное число учащихся в группе	Максимальное число учащихся в группе	Максимальное количество часов в неделю	Требования по спортивной подготовке
Спортивно-оздоровительный	1 год	10	30	4.5	Прирост показателей ОФП

1.5. Планируемые результаты освоения программы:

1. Результаты теоретической подготовки учащихся:

- знание истории развития вида спорта «хоккей»;
- знание места и роли вида спорта «хоккей» в современном обществе;
- знания, умения и навыки гигиены;
- знание режима дня, основ закаливания организма, здорового образа жизни;
- знание основ здорового питания;

2. Результаты общей и физической подготовки учащихся:

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды;
- повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основе специальной физической подготовки;
- развитие способности к появлению имеющегося функционального потенциала в специфических условиях занятий видом спорта «хоккей»;
- развитие двигательных способностей в соответствии со спецификой вида спорта «хоккей»;

3. Результаты технической и тактической подготовки учащихся:

- овладение основами техники и тактики вида спорта «хоккей»;
- освоение комплексов подготовительных и подводящих физических упражнений;
- освоение соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности учащихся тренировочных нагрузок;
- знание требований к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке в хоккее;
- знание требований техники безопасности при занятиях хоккеем.

2. Раздел №2 «Комплекс организационно - педагогических условий, включающий форму аттестации»

2.1. Учебный план Программы включает разделы подготовки, их распределение на ознакомительном уровне обучения. В плане устанавливается продолжительность и объемы реализации программы, регламентируется соотношение объемов образовательного процесса по разделам обучения.

№ п/п	Название раздела программы, тема.	Всего часов	Количество часов первого года обучения		Форма аттестации (контроля) по разделам, темам
			теория	практика	
1.1.	Теоретическая подготовка	11	11		беседа
1.2.	Общая физическая подготовка	102	5	97	текущий контроль
1.3.	Специальная физическая подготовка	48	5	43	текущий контроль
1.4.	Технико-тактическая подготовка	36	2	34	текущий контроль
1.5.	Участие в соревнованиях	4		4	согласно календарного плана
1.6.	Контрольные испытания	4		4	итоговая аттестация
1.7.	Медицинское обследование	2		2	1 раз в год
	Итого	207	23	184	

2.2. Годовой тренировочный план спортивно-оздоровительных групп по виду спорта хоккей с шайбой

Годовой тренировочный план спортивно-оздоровительной группы по виду спорта «хоккей с шайбой» представлен в приложении №1.

2.3. Условия реализации программы:

Программа реализуется на спортивной базе МАУ ДО «КСШ «Снеговик»:
- спортивный комплекс с ледовой ареной «Снеговик», - ст.Кущевская, пер. Первомайский д 99А;

Материально-техническое обеспечение:

№ п/п	Наименование оборудования спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1.	Ворота для хоккея	штук	2
2.	Мат гимнастический	штук	4
3.	Мяч баскетбольный	штук	4
4.	Мяч волейбольный	штук	4
5.	Мяч гандбольный	штук	4
6.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	2
7.	Мяч футбольный	штук	4

8.	Ограждение площадки (борта, сетка защитная)	комплект	1
9.	Рулетка металлическая (50 м)	штук	5
10.	Свисток судейский	штук	10
11.	Секундомер	штук	5
12.	Скамья гимнастическая	штук	4
13.	Станок для заточки коньков	штук	1
14.	Стенка гимнастическая	штук	2
15.	Шайба	штук	60

Кадровое обеспечение программы реализуют:

2 тренера-преподавателя отделения хоккея с шайбой МАУ ДО «КСШ «Лидер».

2.4. Формы аттестации

Форма проведения итоговой аттестаций определяется учреждением самостоятельно и проводится в соответствии с локальными документами о проведении промежуточной и итоговой аттестаций, утвержденным приказом директора.

При проведении итоговой аттестаций учащихся учитываются результаты освоения программы по каждой предметной области.

На основании результатов итоговой аттестаций по виду спорта «хоккея с шайбой» осуществляется перевод учащихся на дополнительную образовательную программу спортивной подготовки.

Итоговую аттестацию учащиеся проходят один раз в год.

Результаты сдачи нормативов итоговой аттестации оформляются протоколами (приложение №2). В случае если ребенок по объективным причинам не смог пройти итоговую аттестацию в указанные сроки, для него назначается дополнительная дата сдачи контрольно-тестовых упражнений.

Учащимся, не выполнившим предъявляемые Программой требования соответствующего года обучения, либо по каким то причинам не освоивших программу (длительная болезнь и т.д.), предоставляется возможность один раз продолжить обучение повторно на данной Программе.

Способы проверки результатов освоения программы:

Наблюдение, мониторинг физических и технических показателей промежуточные зачеты, контрольные измерения физических параметров, личные результаты учащихся при сдачи нормативов.

Формы подведения итогов реализации программы:

Сдача контрольных нормативов по ОФП, СФП, технико-тактической подготовке.

2.5. Оценочные материалы

Оценка результатов образовательной деятельности предполагает выявление уровня освоения теоретических знаний, практических умений и навыков, участие в соревнованиях, в соответствии с программными требованиями на основе диагностики.

Нормативы общей и специальной физической подготовки в отделении хоккея

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки				

1.1	Бег на 20 м	с	не более	
			4,5	5,3
1.2	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			135	125
1.3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			15	10
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1	Бег на коньках 20 м	с	не более	
			4,8	5,5
2.2	Бег на коньках челночный 6x9 м	с	не более	
			17,0	18,5
2.3	Бег на коньках спиной вперед 20 м	с	не более	
			6,8	7,4
2.4	Бег на коньках слаломный без шайбы	с	не более	
			13,5	14,5
2.5	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	с	не более	
			15,5	17,5

2.6. Методические материалы

Основными педагогическими методами работы тренера-преподавателя являются последовательность и преемственность заданий и упражнений, переход от простого к сложному.

Для повышения интереса учащихся к занятиям настольным теннисом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели тренер-преподаватель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный метод применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах. Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей учащихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

2.7. Содержание программы

Водное занятие.

Теоретическая часть: Знакомство с учащимися. Знакомство с учебно-тренировочным режимом, содержанием программного материала. Проведение инструктажа по ОТ и ТБ во время занятий виду спорта «хоккей с шайбой». Правила поведения в раздевалке, на местах проведения занятия.

Практическая часть: Ознакомление с местами проведения занятий. Ознакомление с инвентарем и оборудованием. Подготовка мест проведения занятий. Спортивная одежда. Медицинский допуск к занятиям.

Теоретическая подготовка.

Темы: История зарождения и развития вида спорта «хоккей с шайбой», его роль в современном обществе. Место вида спорта «хоккей с шайбой» в Олимпийском движении. Главные турниры в международном календаре. Выдающиеся зарубежные и отечественные хоккеисты.

Основные термины и понятия в виде спорта «хоккей с шайбой». Размеры поля (названия и назначения линий поля) и Правила игры. Классификация ударов в виде спорта «хоккей с шайбой», способы держания (хватки) клюшки. Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств в виде спорта «хоккей с шайбой». Значение занятий виде спорта «хоккей с шайбой» в формировании здорового образа жизни и профилактике вредных привычек. Физкультурно-оздоровительные занятия видом спорта «хоккей с шайбой», как средство всестороннего и гармоничного развития личности. Роль соревнований в спортивной подготовке юных хоккеистов. Виды соревнований. Понятие о методике судейства. Организация соревнований. Комплексы упражнений для развития физических качеств. Комплексы дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз. Комплексы упражнений для коррекции фигуры и массы тела с учетом индивидуальных особенностей физического развития.

Общая физическая подготовка.

Теоретическая часть:

Подбор упражнений, выполнение индивидуальных комплексов утренней зарядки. Упражнения для формирования правильной осанки, профилактики плоскостопия и их коррекции. Подводящие и подготовительные упражнения в виде спорта «хоккей с шайбой», необходимые для освоения двигательных действий. Проведение самостоятельных занятий по физической подготовке. Основы саморегуляции, эмоционального состояния при занятиях спортом. Последовательное выполнение частей занятия, наблюдение за режимом нагрузки (по частоте сердечных сокращений) в течение занятия.

Практическая часть:

Гимнастические упражнения. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах. Упражнения с хоккейным инвентарём. Упражнения для мышц туловища и шеи. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах (наклоны вперед, назад, вправо, влево, наклоны и повороты головы).

Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 20 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60 м. Челночный бег 3 x 20 м, 3 x 30 м. Бег 60 м с

низкого старта. Бег с низкого старта 100м. Эстафетный бег с этапами до 40 м. Бег в чередовании с ходьбой (до 300 м). Длительный бег или кросс (до 1500 м. по утоптанному снегу, по пересеченной местности).

Строевые и порядковые упражнения. Построение, перестроение группы. Размыкания, повороты. Начало движения, остановка. Изменение скорости движения.

Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений, на месте и в движении сгибание и разгибание рук, вращение в плечевых, локтевых и запястных суставах. Махи, рывки назад, в сторону.

Упражнения для ног. Сгибание и разгибание ног в тазобедренных, коленных, голеностопных суставах. Махи вперед, назад и в сторону. Выпады и вращения. Приседания и прыжки из различных исходных положений.

Упражнения для шеи и туловища. Повороты, наклоны, вращения головы. Наклоны туловища, круговые вращения и повороты туловища.

Упражнения для развития силовых качеств. Упражнения с преодолением собственного веса (подтягивания, отжимания, приседания). Упражнения со снарядами и на снарядах.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Различные прыжковые упражнения в высоком темпе. Метания различных снарядов. Упражнения со скакалкой.

Специальная физическая подготовка

Специальная физическая подготовка направлена на те качества и функциональные системы, которые непосредственно отвечают за успешное ведение соревновательной деятельности.

Упражнения для развития специальных силовых и скоростно-силовых качеств мышц ног. Определяют эффективность передвижения хоккеистов на коньках. Имитация бега на коньках в основной посадке хоккеиста. Прыжковая имитация. Бег с резким торможением и стартом в обратном направлении. Бег на коньках с перепрыгиванием препятствий.

Упражнения для развития специальных силовых мышц рук и плечевого пояса, способствующих повышению качества выполнения бросков, ударов и ведения шайбы. Мах и вращения клюшкой. Имитация бросков. Упражнения в бросках.

Упражнения специальной силовой и скоростно-силовой направленности способствуют успешному ведению контактных силовых единоборств. Упражнения с партнёром: петушиный бой с выполнением толчковых движений плечом, грудью, задней частью бедра.

Упражнения специальной скоростной направленности. Упражнения для развития быстроты двигательных реакций. Старты с места и в движении по сигналу. Игровые упражнения с реакцией на движущийся объект: шайбы, партнёра. Челночный бег, эстафеты. Выполнение различных игровых приёмов (бросков, ударов, ведения) с возможно максимальной быстротой.

Упражнения для развития специальных координационных качеств, выполнение относительно координационно-сложных упражнений с разной направленностью и асинхронным движением рук и ног. Акробатические упражнения: кувырки, перекаты.

Упражнения для развития специальной (скоростной) выносливости. В качестве основных упражнений используют различные виды игровых упражнений в соответствующем режиме.

Технико-тактическая подготовка.

Таблица 6. Техническая подготовка. Приёмы техники передвижения на коньках

Упражнения	1 год
Основная стойка (посадка) хоккеиста	+
Бег короткими шагами	+
Прыжки толчком одной и двумя ногами	+
Повороты в движении на 180 % и 360 %	+
Выпады, глубокие приседания на одной и двух ногах	+
Падения на колени в движении с последующим быстрым вставанием и ускорениями в заданном направлении	+

Таблица 7. Техническая подготовка. Приёмы техники владения клюшкой и шайбой

Упражнения	1 год
Основная стойка хоккеиста. Владение клюшкой. Основные способы держания клюшки (хвататы)	+
Ведение шайбы на месте	+
Ведение шайбы, не отрывая крюка от шайбы	+
Короткое ведение шайбы с перекладыванием крюка клюшки	+
Падения на колени в движении с последующим быстрым вставанием и ускорениями в заданном направлении	+

Таблица 8. Тактическая подготовка

Тема	1 год
Отбор шайбы клюшкой	+
Короткое ведение шайбы с перекладыванием крюка клюшки	+

Таблица 9. Теоретическая подготовка

Название тем	Часы
Физкультура и спорт в России	1
Влияние физических упражнений на организм спортсмена	1
Этапы развития отечественного хоккея	1
Личная и общественная гигиена	1
Хоккей как вид спорта и средство физического воспитания	1
Травматизм в спорте и его профилактика	1
Характеристика системы подготовки хоккеистов	1
Управление подготовкой хоккеиста	1

2.8. Воспитательная работа

Цель воспитательной работы: формирование у учащихся активной жизненной позиции, чувства патриотизма и коллективизма, воспитание достойного поведения.

Цели воспитательной работы достигаются путем проведения конкретных воспитательных мероприятий, как в течение занятий, так и в свободное от занятий время. Привлечение к организации и проведению мероприятий, как можно большего количества учащихся.

Одним из важнейших принципов воспитания является индивидуальный, личностно – ориентированный подход. Для этого используются в основном такие методы воспитательного воздействия, как разъяснение и убеждение, личный пример тренера-преподавателя.

Воспитательная работа с обучающимися отделения хоккей с шайбой тесным образом связана с тренировочным процессом и проводится повседневно на тренировочных занятиях, соревнованиях и в свободное от занятий время. Неоценима также связь с родителями спортсменов, с учебными заведениями.

В качестве средств и форм воспитательной работы с юными хоккеистами 4-7 лет используются:

- тренировочные занятия,
- лекции, собрания, беседы, встречи с интересными людьми, регулярное подведение итогов спортивной и образовательной деятельности спортсменов;
- просмотр соревнований и их обсуждение;
- проведение праздников;
- экскурсии, культпоходы;
- конкурсы,
- наставничество опытных спортсменов;
- встречи и мастер-классы со старшими обучающимися;
- работа по формированию и сплочению спортивного коллектива;
- воспитание спортивного трудолюбия;
- эстетическое и нравственное воспитание;
- воспитание ответственности, взаимовыручки, необходимых для игры в хоккей, волевых качеств.

Большую роль в положительном воспитательном воздействии могут играть формирование и поддержание положительных традиций.

Спортивный коллектив является центром нравственного воспитания молодого поколения, необходимым условием нравственного формирования личности спортсмена. В коллективе спортсмен развивается всестороннее – в нравственном, умственном и физическом отношении. Создаются хорошие условия для общественно-полезной деятельности.

В процессе воспитательной деятельности тренера-преподавателя необходима гибкая и многообразная система воздействий с учетом целого ряда факторов, начиная от анализа конкретной ситуации и учетом особенностей характера каждого юного спортсмена.

Антидопинговая работа

В соответствии с ч.2 ст. 34.3 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» организации, осуществляющие спортивную подготовку, обязаны реализовывать меры по предотвращению допинга в спорте и борьбе с ним, в том числе ежегодно проводить с лицами, проходящими спортивную подготовку, занятия, на которых до них доводятся сведения о последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил; знакомить лиц, проходящих спортивную подготовку под роспись с локальными нормативными актами, связанными с осуществлением спортивной

подготовки, а также с антидопинговыми правилами по соответствующим виду или видам спорта.

Основная цель программы для обучающихся с 7 лет и старше – сформировать заинтересованное и эмоционально окрашенное отношение к регулярным занятиям физической культурой и спортом. Акцентировать внимание на том, что спорт – это арена для честной борьбы, где неприемлем обман, основа успеха – это трудолюбие, самоконтроль, бережное отношение к своему здоровью и ко всему окружающему.

Для формирования ценностно-мотивационной сферы личности с 7 лет и старше – важно в доступной форме донести правила спортивной безопасности и антидопингового поведения в обществе, используя занятия в форме игры (сюжетные сценки, рассказы, моделирование опасных ситуаций с героями мультфильмов). Основные темы: «Безопасность на тренировке», «Честный спорт», «Спортивная форма», «Правила поведения на спортивных мероприятиях и соревнованиях», «Спортивные правила»; разделы тем: влияние допинга на здоровье, профилактика травматизма и др.

Таблица 10. План мероприятий антидопинговой направленности

Содержание мероприятия	Форма проведения и целевая аудитория	Сроки проведения
Ценности спорта	Онлайн-курс для обучающихся	Рекомендовано В течении года, в котором обучающемуся исполняется 7 лет
Честный спорт	Беседа с элементами мультфильма	По назначению
Роль родителей и семьи в формировании здорового образа жизни	Беседа с родителями	По назначению

2.9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Учреждение, осуществляющее спортивную подготовку по виду спорта «хоккей» имеет следующие объекты инфраструктуры:

- Ледовая арена;
- Тренажерный зал;
- Универсальный спортивный зал;
- Раздевалка, оборудованная достаточным количеством мебели и санузлом для личной гигиены обучающихся;
- Медицинский пункт, оборудован в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован

Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238)¹; Оборудование и спортивный инвентарь, необходимый для прохождения спортивной подготовки по виду спорта «хоккей»;

- Проведение физкультурных мероприятий осуществляется за счет средств учреждения в соответствии с Планом физкультурных мероприятий на спортивно-оздоровительном этапе отделений по видам спорта МАУ ДО «КСШ «Снеговик».

2.10. Требования к технике безопасности при проведении тренировочных занятий

Травмы в хоккее с шайбой могут возникать при различном сочетании внешних и внутренних факторов. Несомненно, возможны и несчастные случаи, когда травма возникает вследствие трагического стечения обстоятельств и причин, которые трудно предвидеть. Тем не менее основные факторы, влияющие на возникновение и характер травм, необходимо систематизировать для выработки принципиальных мер безопасности, направленных на их устранение.

Вся ответственность за безопасность учащихся в спортивных и тренажерных залах, универсальных игровых площадках и приспособленных помещениях возлагается на тренеров-преподавателей непосредственно проводящих занятия.

На первом занятии необходимо ознакомить учащихся с правилами безопасности при проведении занятий избранным видом спорта.

Тренер-преподаватель обязан:

1. Производить построение и переключку учебных групп перед занятиями с последующей регистрацией в журнале.
2. Не допускать увеличения числа учащихся в каждой группе сверх установленной нормы.
3. Подавать докладную записку в учебную часть администрации о происшествиях всякого рода, травмах и несчастных случаях.

2.11. УЧЕБНО-ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Список нормативных правовых актов

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

2. Федеральный закон Российской Федерации «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» № 329 - ФЗ от 4 декабря 2007 г.

3. Федеральный закон Российской Федерации от 25 декабря 2012 г. № 257-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»

4. Приказ Минпросвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной

деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

5. Письмо Министерства образования РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»

6. Письмо Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»

7. Методические рекомендации 2021 года ФГБУ «ФЦОМОФВ» по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы) в области физической культуры и спорта

8. Распоряжение министерства образования Сахалинской области от 16.09.2021 № 3.12-1170-р «Об утверждении методических рекомендаций по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ». Проект Положения о дополнительной общеразвивающей программе, реализуемой в Сахалинской области

9. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

10. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

11. МР 2.4.0242-21. 2.4. Гигиена детей и подростков. Методические рекомендации по обеспечению санитарно-эпидемиологических требований к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи. Методические рекомендации (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 17.05.2021)

Список литературных источников

1. Хоккей: программа спортивной подготовки для детско-юношеских школ. М.: Советский спорт. 2006.

2. Горский Л. Игра хоккейного вратаря. – М, ФИС, 1974.

3. Савин В.П. Теория и методика хоккея. Учебник для студентов высших учебных заведений. – М.: Академия, 2003.

4. Спортивные игры. Учебник для вузов под редакцией Ю.Д. Железняк М.: Академия, 2002

5. Контроль за подготовкой юных хоккеистов. М.: 1993

6. Матвеев Л.П. «Теория и методика физической культуры». М. – ФиС, 1991.

7. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта. – М.: ФИС,

Литература для детей и родителей

1. Букатин А.Ю., Колузганов В.М. Юный хоккеист. – М.:ФИС, 1986.
2. Тарасов А.В. Детям о хоккее. – М.: Советская Россия, 1969.
3. Третьяк В. Советы юному вратарю. М.: Просвещение, 1987

Перечень информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. Министерство спорта Российской Федерации
<http://www.minsport.gov.ru>
2. Министерство спорта Сахалинской области <https://sport.sakhalin.gov.ru>
3. Центр спортивной подготовки Сахалинской области
<https://csp.sakhalin.gov.ru>
4. Официальный сайт РУСАДА | За честный и здоровый спорт (rusada.ru)

Годовой план - график
 по виду спорта «хоккей с шайбой»
 из расчета 46 недель в год
 спортивно-оздоровительный этап, недельная нагрузка 4.5 часа (астрономических)

№ п/п	Раздел подготовки	Количество часов по месяцам												Всего часов
		IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	
1.	Теоретическая подготовка	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		11
2.	Общая физическая подготовка	8.5	10.5	10.5	10.5	7.5	8	11	6	10	8.5	8	3	102
3.	Специальная физическая подготовка	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4			48
4.	Технико-тактическая подготовка	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4			36
5.	Участие в соревнованиях					2			2					4
6.	Контрольные испытания	2								2				4
7.	Медицинское обследование										2			2
ВСЕГО количество часов (месяц/год)		19,5	19,5	19,5	19,5	19,5	18	21	18	21	19,5	9	3	207

**Протокол результатов
итоговой индивидуальной аттестации учащихся
за _____ учебный год**

Наименование программы: _____

Группа: _____

Дата проведения: _____

№ п/п	Фамилия, имя учащегося							Участие в соревнованиях	Итоговая оценка

Тренер-преподаватель: _____

Состав комиссии: _____

Заключение комиссии: _____